



すまいるだより

「感覚過敏について考えましょう」

vol 31

【子育ての相談】
 子育て世代包括支援センター
 「えがお」（健康福祉課内）
 電話 0241(62)6170
 メール eegao@nishiainaizu.or.jp

の理解や支援が必要です。

も し、感覚過敏に対して
 気になることや、知り
 たいことがある場合は、いつ
 でも「えがお」までご相談く
 ださい。保健師や心理士が、
 個々のケースに応じて、一緒
 に対応を考えていきます。

み なさんは「感覚過敏」
 という症状をご存じで
 すか。子育て世代包括支援セ
 ンター「えがお」には、「感
 覚過敏」に関連した内容の相
 談が多く寄せられています。

肩をたたかれただけで飛び上
 がるほど驚いたりするなど、
 症状は多岐にわたります。

り、決して本人の努力不足や
 育て方の問題ではありません。

そ もそも感覚とは、光・音・
 におい・味・温度など、
 外部からの刺激を感じたとき
 に、脳で引き起こされる意識
 を指します。感覚過敏とは、
 刺激の感じ方が通常よりも敏
 感になる状態です。

同 じ感覚過敏の症状で
 あっても、感じ方や程度
 はそれぞれ異なり、本人にし
 か分かりえない場合がほとん
 どです。

し かし、私たちは、苦手
 な音におびえる子、し
 めつける服を嫌う子、歯磨き
 に汗だけで抵抗する子、同じ
 食材でも調理方法によって食
 べることができない子などに
 出会ったとき、「わがままで」
 「いうことをきかない子だ」と
 いうレッテルを貼ってしまいが
 ちです。

感 覚過敏の症状で困つて
 いるお子さんがいたら、
 まずは苦手とする感覚を減ら
 す工夫をしてあげよう。

苦 しいときは、専用の眼鏡を
 かける。服の苦手な部分は切
 り取ってみる。少しの工夫で
 状況は改善されます。

人 が成長する過程では、
 言葉や運動、感情など、
 ささまざまな要素が発達してい
 きます。ただし、発達速度
 には個人差があり、得意分野
 と苦手分野など、当然違いが
 生じます。

得 意分野と苦手分野の差
 が大きいことを「発達
 凸凹」と表現しますが、「発達
 凸凹」とされる方の多くが
 「感覚過敏」の症状を有する
 と考えられています。

感 覚過敏の症状を有する
 お子さんは、それぞれ
 の個性に合わない関わり方が
 続いてしまうと、行動面や心
 理面に二次障害が引き起こさ
 れる場合があります。

大 切なことは、お子さん
 が過ごしやすい環境を
 整えること。それは、甘やか
 してはありません。

自 分の苦手とする環境を
 整えてもらう経験を積
 んだお子さんは、成長とも
 に自ら工夫して過ごすことが
 できるようになります。感覚
 過敏の症状からくる困りごと
 を自ら解決できる大人に成長
 するのです。

例 えば、蛍光灯の光が目
 に突き刺さるように感
 じたり、給食のにおいで気持
 ちが悪くなってしまったり、

発 達凸凹も感覚過敏も、
 脳に起因するものであ

二 次障害が引き起こされ
 ると、相手に乱暴な振
 る舞いをしたり、自分を傷つ
 けてしまったりと、深刻さの
 度合いが増すことに注意しな
 ければなりません。周りの人

今回はここに注目！
 「すまいるポイント」

1 世の中には、苦手な感覚を
 持っている方がいます。

得 意分野と苦手分野の差
 が大きいことを「発達
 凸凹」と表現しますが、「発達
 凸凹」とされる方の多くが
 「感覚過敏」の症状を有する
 と考えられています。

大 切なことは、お子さん
 が過ごしやすい環境を
 整えること。それは、甘やか
 してはありません。

自 分の苦手とする環境を
 整えてもらう経験を積
 んだお子さんは、成長とも
 に自ら工夫して過ごすことが
 できるようになります。感覚
 過敏の症状からくる困りごと
 を自ら解決できる大人に成長
 するのです。

今回はここに注目！
 「すまいるポイント」

2 感覚過敏は、自分では対応
 できないほどの困難が伴い
 ます。

環境を整えることで、とて
 も過ごしやすくなります。

環境を整えることで、とて
 も過ごしやすくなります。

環境を整えることで、とて
 も過ごしやすくなります。

環境を整えることで、とて
 も過ごしやすくなります。

環境を整えることで、とて
 も過ごしやすくなります。



「発達凸凹なボクの世界」
 — 感覚過敏を探検する —
 プルサルハ／著